

一休通信

デイケア一休の活動について、多くの方々に知っていただきたいと
願い発行しています。

今回はデイケアで行った活動で活躍されたメンバーさんに記事を書かせていただきました。

ソフトバレー

関東大会

4位

6月9日、全国障害者スポーツ大会関東地区予選会が開かれました。デイケア一休からはソフトバレーボールクラブチーム「一休スターズ」が参加しました。参加したメンバーに大会を振り返っての言葉を頂きましたので、ここで掲載します。



一休のプログラムの中に「リカバリー」というグループがあります。このグループの中で「ピア」について取り組んだ活動があります。7月10日に、

当院の7病棟へ行き、入院患者様と一休のメンバーとで交流会を行いました。リカバリープログラムで交流会の準備をし、当日参加したメンバーの体験談を掲載します。

去年の県大会で前回敗れたチームに勝ち、8年ぶりの優勝をして、関東大会へ出場を決めました。関東大会の目標を1回戦勝利と決めミーティング、練習日を増やしました。大会前日はみんなで泊まり、楽しく過ごして、とてもチームの絆が強まりました。1回戦は神奈川県代表と対戦して勝利しましたが、みんな緊張してしまい、自分たちのプレーをする事が出来ませんでした。2回戦は、優勝した埼玉代表と対戦し0-2で敗れてしまいました。3位決定戦では横浜代表と対戦し第1セットを13-25と落とすしまいました。最後まで諦めないと2セット目を25-19で取りかえました。3セットは23-25と大接戦で負けてしまいました。終わったあとはくやしさをいっばいでしたが、全力で戦いきって楽しく終わる事が出来ました。今回の大会は千葉市のチームと練習をして交流を深めて、最後まで自分達の試合を応援してくれました。

この大会に参加した13人全員で楽しく大会を終える事が出来ました。練習日を増やし、色々協力してくれたスタッフ、メンバーに感謝しています。これからもソフトバレークラブをよろしくお祈りします。

入院中の皆さんに少しでも楽しんでもらえればと、リカバリープログラムで7病棟交流会に行ってきました。私は人との距離感、知らない人、受け入れたい人とのコミュニケーションをとるのが苦手です。人との関りがきっかけで自分の感情がコントロールできなくなったりします。そんな私がデイケアのプログラムでピアサポートについて学び勇気を出して頑張ってみようと思ってきました。



接していくと、自分の入院中の嫌な事を思い出したり気分が高揚したりして普段なら頓服薬に頼りたい感覚になりました。しかしピアサポートという立場からくるものなのか客観的な自分が存在していて、自分の疾患である感情の起伏をコントロールしようとしている自分がありました。患者さんの笑顔や笑い声が私の気分をも変えてくれたのだと思います。『支えるつもりが支えられていた』まさにピアサポートを体験出来ました。今回の自分の体験を通して、ピアサポートがリカバリーに不可欠なものだと理解することができ、心地よい疲れと達成感も得ることができました。

一休・7病棟交流会

一休通信は1シーズン毎に発行予定です。